

令和6年度アルコール・薬物依存症家族支援プログラム

「大切な人のアルコール・薬物問題を、どこに相談したらよいかわからない」
 「本人を治療につなげたいけれど、家族がどう関わったらいいかわからない」
 ご家族の中には、「依存症」という病気との付き合い方がわからなかったり、ご本人との関係の取り方に困ってしまうことがあります。



このプログラムでは、グループワークを取り入れながら、ご家族のアルコール・薬物依存症という病気への理解を高め、本人とのコミュニケーションの工夫について学ぶことを目的としています。ご家族自身がこころの健康の回復や家族関係の改善を図ることが、本人の回復にもつながることを学んでいただく機会になればと思います。

毎回内容が異なります。途中からの参加も可能ですので、ぜひお越しください。

<プログラム内容>

- ・アルコール依存症・薬物依存症について
- ・上手なコミュニケーションで本人を治療につなげる
- ・長期的な回復を支え、再発・再使用に備える
- ・家族のセルフケア

など

また、利用できる相談窓口（社会資源）を知っていただく機会として、医療機関や回復施設、自助グループの方をゲストにお呼びする予定です。

<過去に参加されたご家族の声>（一部抜粋修正）

- 全くアルコール依存症について知らず、どのように接するべきか悩む中で、良い情報、考え方をたくさんあたえていただき、助かりました。
- 楽しく有意義な学びの時間ありがとうございました。コミュニケーションのコツ、相手を尊重するヒント等とても役立ちました。
- 自分が変わることで家族関係も少しずつですが良くなってきています。



日程 令和6年5月から令和7年2月までの毎月第1木曜日 13時30分～15時30分
 ＊5月、1月のみ第2金曜日、6月のみ14時～16時

（令和6年 5月10日、6月6日、7月4日、8月1日
 9月5日、10月3日、11月7日、12月5日
 令和7年 1月10日、2月6日）

対象 アルコール・薬物問題を抱える人の家族（参加される方が京都市在住であること）

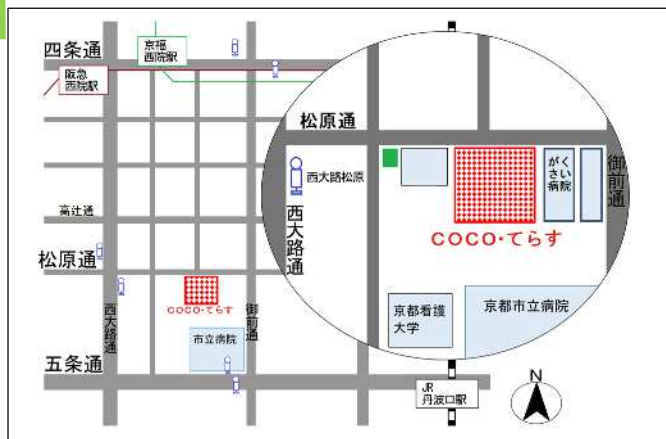
定員 各回20名（事前面談後申込み順・参加無料）

申込 相談専用電話（075-314-0874）による申込みのうえ、センターでの事前面談を受けていただきます。年度途中からの参加も可能です。

会場 COCO・てらす 4階 活動支援室

（〒604-8845 中京区壬生東高田町1番地の20）

＊このプログラムは京都市こころの健康増進センターが実施しています。



京都市バス「西大路松原」バス停から徒歩4分
 「市立病院前」バス停から徒歩6分
 「四条御前通」バス停から徒歩10分
 阪急「西院」駅、京福「西院」駅から徒歩10分
 JR「丹波口」駅から徒歩15分
 ※可能な限り公共交通機関をご利用ください。

発行元：京都市こころの健康増進センター
問合せ：Tel：075-314-0355
 Fax：075-314-0504

